



# CARTILHA RU SEGURO PARA TODOS



*Orientações*

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ  
2022

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ**  
**CARTILHA RU SEGURO PARA TODOS - Orientações. Teresina, 2022.**

**ELABORAÇÃO:**

Nutricionista Coordenadora dos RUs Me. Sueli Maria Teixeira Lima  
Nutricionista Chefe da Divisão de Produção Dra. Camila Maria Simplicio  
Revoredo  
Nutricionista Me. Ana Cláudia Carvalho Moura  
Nutricionista Me. Edilayane de Meneses Sousa Sena



*O retorno do fornecimento de refeições por parte do Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal do Piauí é um momento bastante aguardado pela comunidade acadêmica, servidores e colaboradores.*

*Contudo, para que isso possa ocorrer de forma segura não podemos relaxar nas medidas de controle de segurança e monitoramento de risco.*

*Pensando nisso, elaboramos esse material educativo para que os usuários do RU possam contribuir com a manutenção de um ambiente seguro e saudável para todos.*

*Com carinho,*

*Nutricionistas do RU*

# FAÇA SUA PARTE

*Orientações para os usuários do RU*

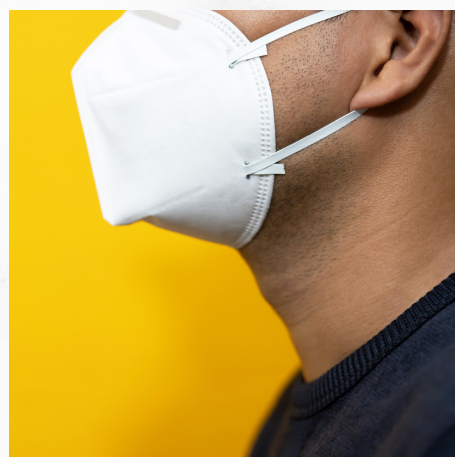
## 01 **DISTANCIAMENTO SOCIAL**

- *Respeitar as orientações de distanciamento e medidas higiênico-sanitárias nas dependências dos Ru's;*



## 02 **USO DE MÁSCARA**

- *Utilizar máscara facial e retirar somente durante as refeições;*



## 03 **HIGIENE DAS MÃOS**

- *Realizar a higienização das mãos, com água e sabonete líquido ou álcool 70% na entrada e saída dos RUs;*



# COMO HIGIENIZAR AS MÃOS



Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



1/2

Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido.

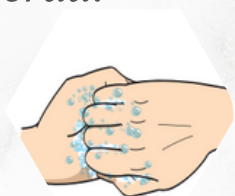


Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda.



3/4

Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais.



Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta.



5/6

Esfregue o polegar, com o auxílio da palma da mão oposta.



Friccione as polpas digitais e unhas contra a palma da mão oposta.



7/8

Esfregue os punhos e enxágue as mãos, retirando os resíduos de sabonete.

# FAÇA SUA PARTE

Orientações para os usuários do RU

## 04 COMPORTAMENTO

- Evitar rir, conversar, mexer nos cabelos, manusear o telefone celular, tocar no rosto, nariz, olhos e boca no refeitório;



## 05 CUIDADO AO TOSSIR/ESPIRRAR

- Usar lenço descartável ou cobrir o nariz e boca com o braço flexionado para tossir e logo após higienizar as mãos;



## 06 OBEDECER AS SINALIZAÇÕES

- Respeitar o distanciamento estabelecido entre as cadeiras no refeitório.

